

Principales enfermedades infantiles: Tratamiento y prevención

Autor: Martínez Pérez, María Dolores (Maestra. Especialidad en Educación Infantil).

Público: Maestros/as de Educación infantil y familiares o tutores. **Materia:** Educación para la salud. **Idioma:** Español.

Título: Principales enfermedades infantiles: Tratamiento y prevención.

Resumen

En el transcurso de esta publicación, se mencionan y explican los diferentes tipos de enfermedades que se dan en mayor medida durante la etapa infantil, entre ellas, las enfermedades no infecciosas (causadas por un microorganismo patógeno) y las infecciosas (todas aquellas que no son provocadas por microorganismos), clasificadas según los órganos dónde se originan. Las enfermedades en los niños son síntomas de que algo marcha mal, a causa de ello, es muy necesario el análisis de las que nos podemos encontrar en la infancia, ya que en las aulas nos puede servir como guía para informar a las familias.

Palabras clave: Enfermedad, tratamiento, prevención.

Title: Main childhood diseases: Treatment and prevention.

Abstract

In the course of this publication, the different types of diseases that occur most during the childhood stage are mentioned and explained, among them, non-infectious diseases (caused by a pathogenic microorganism) and infectious diseases (all those that are not caused by microorganisms), classified according to the organs where they originate. Diseases in children are symptoms of something going wrong, because of this, it is very necessary to analyze what we can find in childhood, since in the classrooms it can serve as a guide to inform families.

Keywords: Illness, treatment, prevention.

Recibido 2017-12-05; Aceptado 2017-12-13; Publicado 2018-01-25; Código PD: 091012

1. INTRODUCCIÓN.

Las enfermedades en los niños/as son síntomas inequívocos de que algo marcha mal, a causa de ello, es muy necesario el análisis de las distintas enfermedades que nos podemos encontrar en la infancia, ya que en las aulas nos puede servir como guía para informar a las familias, aunque nunca daremos ningún diagnóstico, ni tratamiento, podemos poner sobre aviso de algo que hayamos apreciado que pueda suponer un problema o enfermedad en los niños/as.

Para prevenir la mayoría de las enfermedades infantiles, se emplean las vacunas, habiendo un calendario de vacunación específico para ello. Las vacunas, son compuestos obtenidos de microorganismos infecciosos cuyo resultado es la inmunidad ante las enfermedades.

2. PRINCIPALES ENFERMEDADES INFANTILES.

2.1. ENFERMEDADES NO INFECCIOSAS.

a) Relacionadas con el aparato respiratorio.

- ASMA.

Es un trastorno que provoca que las vías respiratorias se hinchen y se estrechen, lo cual hace que se presenten dificultades para respirar, opresión en el pecho y tos.

Entre los **síntomas** podemos encontrar, la dificultad para respirar, presencia de espasmos bronquiales (habitualmente acompañados de tos), rigidez torácica, secreciones mucosas, respiración sibilante.

El asma no es **contagiosa** entre personas y no tiene período de **incubación**.

Como **tratamiento**, según la gravedad, el médico puede prescribir desde el uso de un broncodilatador para que se le facilite la respiración a corticoides para prevenir los ataques.

Para **prevenirla**, las pruebas para alergias pueden ayudar a identificar los alérgenos en personas con asma persistente. Una vez detectado, los medicamentos de control prolongado para el asma, se utilizan para prevenir los síntomas en personas con asma de moderada gravedad.

- **RINITIS ALÉRGICA.**

Es una reacción de las membranas de la mucosa de la nariz después de una exposición a partículas de polvo, de polen, algunas veces al frío u otras sustancias que perjudican al que sea alérgico. Se ven afectados los ojos y la nariz principalmente.

Entre los **síntomas** podemos encontrar, estornudos, congestión nasal y picor de nariz.

Esta enfermedad no es **contagiosa** entre personas y no tiene período de **incubación**.

El **tratamiento**, se basa en antihistamínicos que eviten los estornudos y la secreción nasal.

La exposición prolongada a sustancias alergénicas puede desencadenarla. Para **prevenirla**, se recomienda estimular la actividad física a través de ejercicios aeróbicos para favorecer el desarrollo de las vías aéreas. También es importante que la lactancia materna dure los seis meses recomendados para evitar alergias a alimentos como: Lácteos, huevo, cacahuetes y mariscos.

b) Relacionadas con enfermedades endocrinas y metabólicas.

- **DIABETES.**

Es un desorden del metabolismo, el proceso que convierte el alimento que ingerimos en energía. Es producida por una mala utilización de los azúcares de los alimentos que provoca una alteración en la producción de la hormona insulina producida por el páncreas.

Entre los **síntomas** podemos encontrar, aumento de la glucosa, aparición de glucosa en la orina, aumento de la frecuencia y cantidad de orina, calambres y hormigueos, necesidad de beber, aumento de la ingesta de alimento, debilidad, fatiga y mareos.

Esta enfermedad no es **contagiosa**, aunque sí puede ser producida por causas hereditarias y no se **incuba**, la diabetes aparece de un día a otro o puede aparecer desde el nacimiento.

El **tratamiento**, se basa en tres pilares: Dieta, ejercicio físico y medicación.

Para **prevenirla**, la alimentación ha de ser la misma que la de cualquier niño, teniendo en cuenta el equilibrio nutricional entre los componentes de los alimentos para favorecer el crecimiento, evitando el exceso de grasas y la falta de fibra. El horario ha de estar acoplado al de la administración de la insulina. Además es necesario llevar siempre el azúcar consigo.

- **COLESTEROLEMIA INFANTIL.**

Es la tasa de colesterol en la sangre. El colesterol es una sustancia grasa que sirve para acumular la energía que el cuerpo necesita. El problema aparece cuando se acumula demasiado en las arterias, pudiendo provocar un accidente cardiovascular.

Entre los **síntomas** podemos encontrar, adormecimiento de las extremidades, visión borrosa, hinchazón de extremidades, dolor de pecho, mareos, pérdida de equilibrio y agitación al caminar o realizar actividades físicas diarias.

No se puede **contagiar** a otra persona pero sí puede que el niño la padezca por haber sido heredado de sus padres. Y no existe un período específico para **incubar** la colesterolemia.

El **tratamiento** inicial es una dieta baja en grasas saturadas y colesterol, y usar el aceite de oliva para mantener el aporte nutricional y calórico necesario. Además, es importante mantener un peso adecuado y realizar actividad física. El tratamiento con fármacos debe considerarse en aquellos niños en quienes las medidas dietéticas no han sido eficaces.

Para **prevenirla** hay que tener una dieta adecuada evitando la comida precocinada y la bollería por alto contenido en grasas saturadas y practicar ejercicio físico.

- **CELIAQUÍA.**

Es una enfermedad que provoca que el revestimiento del intestino delgado sea dañado por la ingestión del gluten y otras proteínas que se encuentran en algunos cereales. Se puede presentar en cualquier momento de la vida.

Entre los **síntomas** encontramos el dolor abdominal, diarrea crónica, pérdida de peso, anemia, úlceras en la boca, baja estatura, fatiga, poco apetito, ansiedad y depresión, irritabilidad y trastornos psiquiátricos.

Esta enfermedad no es **contagiosa** y no tiene un período específico de **incubación**.

La celiacía tiene un solo **tratamiento** 100% efectivo y consiste en eliminar completamente el gluten de la dieta.

Dado que la causa exacta se desconoce, no existen **medidas de prevención** para evitar la enfermedad celiaca.

c) Enfermedades relacionadas con los problemas visuales.

Estas enfermedades no son **contagiosas** y no tienen un período específico de **incubación**. Como medida de **prevención** se recomienda la observación continuada.

- **MIOPÍA.**

Es un error en el enfoque visual. No se ven correctamente los objetos lejanos.

Entre los **síntomas** encontramos la fatiga visual, dolores de cabeza, acción de entrecerrar los ojos para ver bien y dificultad para ver objetos lejanos.

El **tratamiento** es esencialmente el uso de gafas.

- **HIPERMETROPÍA.**

Defecto ocular, en el que se aprecian borrosos los objetos cercanos, porque la imagen se proyecta detrás de la retina.

Como **síntomas** aparecen, el dolor de cabeza, vista cansada, dificultad para concentrarse en objetos cercanos y fatiga.

El **tratamiento** es esencialmente el uso de gafas.

- **ASTIGMATISMO.**

Se produce por una irregularidad en la córnea, por la que se recibe una visión deformada, tanto de lejos como de cerca.

Como **síntomas** aparecen, la visión borrosa o áreas distorsionadas en la visión, fatiga visual, dolores de cabeza y entrecerrar los ojos.

El **tratamiento** es el uso de gafas.

- **AMBLIOPÍA.**

Uno de los dos ojos no alcanza la agudeza visual esperada, provoca pérdida parcial de la visión.

Entre los **síntomas** encontramos, Desviar un ojo, mirar a la pizarra o a la televisión de lado, dolores de cabeza y persistente parpadeo.

El **tratamiento**, es la prescripción de anteojos o un procedimiento quirúrgico.

- **ESTRABISMO.**

Desviación de los ojos de su posición normal en donde cada uno mira a una dirección diferente.

Los **síntomas** son la falta de paralelismo entre los ojos, posiciones anormales de la cabeza y errores en el cálculo de distancias.

Como **tratamiento**, en algunos casos, los anteojos pueden ser prescritos para ayudar a corregir el alineamiento de los ojos del niño. Otros pueden requerir cirugía.

d) Enfermedades relacionadas con el aparato locomotor.

Estas enfermedades no son **contagiosas** y no tienen un período específico de **incubación**. Como medida de **prevención** se recomienda la observación continuada.

- **PIES PLANOS.**

Es el cambio en la forma del pie en el cual este no tiene un arco normal al estar parado.

En los **síntomas**, el puente del pie es escaso o no se da, dolor en el pie, el tobillo o la parte inferior de la pierna y el pie se apoya por completo.

El **tratamiento** es el uso de calzado ortopédico.

- **PIE VARO.**

Variación normal de la forma en que se alinean las piernas y los pies, la rotación de la pierna es hacia dentro.

El **síntoma** principal es la rotación de la pierna hacia dentro.

Como **tratamiento** se emplea el Método de Ponseti, que consiste en el empleo de ejercicios de estiramiento y yesos correctores, que se colocan desde el momento del nacimiento.

- **PIE VALGO.**

Rotación externa de toda la pierna desde la cadera, provocando que la orientación de la cara plantar se incline hacia el borde externo del pie.

El **síntoma** principal es que el pie está mal alineado.

Como **tratamiento** se recomiendan ejercicios fisioterapéuticos y/o plantillas ortopédicas.

- **PIERNA ARQUEADA.**

Excesiva curvatura de las piernas, desde la rodilla hasta el pie.

El **síntoma** es el arqueamiento de la pierna.

No se recomienda realizar ningún tipo de **tratamiento** para estos casos, excepto si es un caso extremo en el que se puede ensayar con zapatos especiales o dispositivos ortopédicos.

2.2. ENFERMEDADES INFECCIOSAS.

a) Producidas por virus:

- **SARAMPIÓN.**

Es una enfermedad vírica muy contagiosa que produce fiebre y un exantema (erupción cutánea), pero no es de gravedad debido a las campañas de vacunación. Dura de 4 a 7 días, empieza usualmente en la cabeza y se extiende a otras áreas y progresa cuerpo abajo.

Como **síntomas** encontramos la fiebre, tos, exantema, ojos inyectados en sangre, dolor de garganta y estado general débil.

Es una enfermedad muy **contagiosa**, se propaga por contacto con gotas provenientes de la nariz, la boca o la garganta de una persona infectada. El estornudo y la tos pueden lanzar gotas contaminadas al aire.

Se **incuba** de 8 a 14 semanas.

No existe un **tratamiento** específico para el sarampión. Los síntomas se pueden aliviar con: Paracetamol, reposo en cama o vaporizaciones.

La **prevención** se realiza mediante la inmunización por vacunación de la denominada triple vírica, otra manera de evitarla es que los niños no asistan a la escuela hasta los 4 días siguientes de aparecer la erupción y asegurándose de que las personas que hayan estado en contacto con el virus estén inmunizadas.

- **RUBEOLA.**

Es una infección vírica leve que no tiene apenas incidencia, ya que la mayoría de los niños están vacunados. Solo resulta grave cuando el virus afecta a mujeres embarazadas.

Entre los **síntomas** se dan fiebre leve, sarpullido (cara, tronco y extremidades), nódulos linfáticos en la nuca y detrás de las orejas.

Es una enfermedad muy **contagiosa**, por vía respiratoria con el contacto directo de los enfermos a través de secreciones nasales o de la laringe.

En relación al período de **incubación**, un niño puede tardar 2 y hasta 3 semanas en desarrollar la enfermedad tras haberse expuesto a una persona infectada.

Con respecto al **tratamiento**, la rubeola no se puede tratar con antibióticos. A menos que haya complicaciones, la rubeola remite por sí sola.

La **prevención** se realiza mediante la inmunización a través de la triple vírica. Una vez pasada la enfermedad, el niño/a queda inmunizado de por vida. Para prevenirla lo mejor es que no asistan a la escuela infantil hasta al menos una semana después de aparecer la erupción y asegurarse de que las personas que han estado en contacto con el enfermo están inmunizadas.

- **VARICELA.**

Es una infección causada por el virus varicela-zóster, común en los primeros 10 años de vida. Es frecuente en España, pues aún no se vacuna sistemáticamente contra ella.

Los **síntomas** son la fiebre leve, tos, dolor de cabeza, dolor de garganta y erupción (tronco, cuero cabelludo y cara).

Es muy **contagiosa** desde la fase catarral hasta la aparición de las costas y se transmite por contagio directo y se **incuba** entre 2-3 semanas.

En relación al **tratamiento**, es precisa una buena higiene, a poder ser un baño diario y un riguroso corte de uñas para evitar la sobreinfección bacteriana por las lesiones por rascado.

Para **prevenirla** es necesario evitar estar en contacto con las secreciones respiratorias de las personas que padecen varicela y también se puede realizar mediante la vacunación.

- **PAROTIDITIS (PAPERAS).**

Es una infección vírica de las glándulas salivales que se encuentran situadas debajo de las mandíbulas parótidas. Es una enfermedad leve una vez se está vacunado.

Entre los **síntomas** se encuentran la fiebre, inflamación en uno o dos lados de la cara, dolor de mandíbula, oído y abdomen.

Las paperas se **contagian** a través del contacto directo con la saliva y las secreciones de la nariz y garganta de personas infectadas y se **incuban** entre 2-3 semanas.

El **tratamiento** de la parotiditis, consiste en aliviar los síntomas, por ello se utilizan analgésicos para la fiebre, el dolor y la inflamación.

La **prevención** se realiza mediante la inmunización por medio de la vacuna triple vírica.

- **MENINGITIS.**

Es una inflamación de las membranas meníngeas y una alteración del líquido cefalorraquídeo que recubre el cerebro y la médula espinal. Existen dos grupos: Las producidas por virus que en general son leves y las producidas por bacterias, que son graves.

Los **síntomas** en niños pequeños en relación a la **meningitis viral** son la letargia, dificultad para su alimentación y posibilidad de convulsiones y en niños grandes, son cefaleas, vómitos, letargia y rigidez de la nuca. Por otro lado en la **meningitis bacteriana**, en ambos, los síntomas son fiebre, dolor de cabeza, irritabilidad, vómitos y letargia.

Se **contagia** por vía respiratoria. Las bacterias se transmiten mediante la tos, el estornudo y el beso íntimo y la infección meningocócica se incuba durante un período de 2 a 10 días.

El **tratamiento** en la **meningitis viral** no existe salvo el sintomático y en la **bacteriana** se empelan antibióticos.

Para **prevenirla**, se recomienda una limpieza adecuada de las instalaciones en forma diaria, ventilación de los ambientes, no compartir vasos, utensilios, caramelos, toallas, chupetes... y además mediante vacunación.

- **GRIPE.**

Es una infección producida por los virus denominados Influenza que afecta a la nariz, garganta y pulmones. Los virus de la gripe (tipo A) son capaces de mutar, por lo que las defensas del cuerpo no pueden identificarlos y pueden provocar varias infecciones.

Entre los **síntomas** encontramos, dolor de cabeza, espalda y extremidades, mucosidad nasal, fiebre alta, dolor de garganta y tos.

Se **contagia** a través de las partículas de la saliva al toser, estornudar o hablar y se **incuba** de 2 a 3 días.

El **tratamiento** es sintomático a causa de que los medicamentos se utilizan para reducir el malestar general.

Como medida de **prevención**, se encuentra la vacuna antigripal, pero no se recomienda en niños y adultos sanos y solamente se suministra a población de riesgo.

- **HEPATITIS.**

Es una afección o enfermedad inflamatoria que afecta al hígado, la causa puede ser infecciosa, inmunológica o tóxica, también dependiendo de su etiología es considerada enfermedad de transmisión sexual. Los virus más importantes son A, B, C y en menor medida D y E, siendo los menos estudiados F y G.

En relación a los **síntomas**, en los niños pequeños los contagios son leves y no tienen síntomas. En los mayores supone: Fiebre, malestar general, fatiga, vómitos y dolor abdominal.

Con respecto al **contagio**, en la **Hepatitis B** se da después del parto, a través de la leche materna o el contacto intenso de los primeros meses y en la **Hepatitis A**, las personas enfermas infectan las aguas residuales a través de las heces, con lo que es posible que el agua y los alimentos se contaminen, otra forma es el contacto directo.

La **incubación** en el Virus A y E es entre 15 y 30 días, en el Virus B, C y D, puede llegar hasta 2 meses.

Para **tratarla**, no se utilizan fármacos pero existen planes de actuación ante esta enfermedad que deben seguirse en casa.

Las medidas de **prevención**, hasta ahora han sido la higiene general y la administración de gammaglobulina inespecífica. Actualmente, existen vacunas para todos los trabajadores de las escuelas y niños mayores de un año, antes de iniciar el proceso de escolarización.

b) Producidas por bacterias:

- **DIFTERIA.**

Es una enfermedad causada por la toxina que produce una bacteria que vive en la boca, nariz y garganta de las personas enfermas de difteria.

Los **síntomas** son, dolor de garganta, fiebre y malestar general.

Se **contagia** por vía respiratoria mediante la tos y el estornudo y se **incuba** de 2 a 4 días.

El **tratamiento** tiene que ser precoz, a causa de que la toxina se extiende por el organismo y puede llegar a causar problemas cardíacos y parálisis. El tratamiento de los niños y adultos con difteria se lleva a cabo en el hospital. Una vez el médico confirma el diagnóstico mediante el cultivo de material extraído de la garganta, la persona infectada recibe una antitoxina especial, sea mediante inyecciones o por vía intravenosa.

Se **previene** mediante la vacunación sistemática para todos los niños.

- **TÉTANOS.**

Es una enfermedad grave que afecta al sistema nervioso central causada por Clostridium Tetani, que se encuentra en el suelo y en el intestino de los hombres y animales.

Entre los **síntomas** se dan, la rigidez de la mandíbula, dolor y rigidez de los músculos abdominales, rigidez del cuello, sudoración y fiebre y dificultad para la deglución.

Con respecto al **contagio**, las esporas tetánicas se introducen en el cuerpo, por lo común a través de pinchazos, arañazos y heridas punzantes por cuchillos o clavos contaminados con tierra, polvo de la calle o heces de animales o del hombre, por medio de desgarros, quemaduras o lesiones insignificantes o inadvertidas o por inyección de drogas contaminadas.

Se **incuba** entre 3 y 21 días.

El **tratamiento** debe ser hospitalario, ya que puede causar la muerte.

La **prevención**, se realiza mediante la vacunación sistemática de la triple vírica que protege contra los efectos de la toxina que produce la bacteria.

- **TOS FERINA.**

Es una enfermedad contagiosa causada por Bordetella Pertussi, que es más peligrosa en bebés y niños menores de 6 años.

Como **síntomas**, en la **fase catarral** (tos seca, moqueo, congestión nasal, ojos enrojecidos) y en la **fase paroxística** (tos corta y seca, vómitos, convulsiones).

Se **contagia** principalmente mediante el contacto directo con secreciones de la nariz y la garganta de las personas infectadas. La **incubación** es de aproximadamente 7 días.

El **tratamiento** radica principalmente en los antibióticos, macrólidos como la eritromicina o la claritromicina.

La **prevención**, se lleva a cabo mediante la vacunación sistemática de la triple vírica en niños menores de 7 años.

c) **Producidas por gusanos.**

- **LOMBRICES INTESTINALES.**

Es la forma más popular con que se conoce la infección del intestino producida por un parásito llamado Enterobius Vermicularis. Esta infección es relativamente frecuente en todo el mundo y afecta a personas de todas las edades y niveles socioeconómicos, aunque es especialmente frecuente en los niños, sobre todo, aquellos con edades comprendidas entre los 5 y 14 años.

Los **síntomas** son el picor anal, rechinar de los dientes, dolor de estómago, inapetencia, sueño intranquilo y cansancio.

El **contagio**, no ocurre de persona a persona sino por ingestión de los huevos del parásito y se **incuba** durante varias semanas.

Para **prevenirlas**, existen medicamentos de libre acceso que eliminan las lombrices intestinales, en caso de no observar resultados, el médico determinará a través de un examen de laboratorio la clase de parásito que afecta al enfermo y un tratamiento más específico.

La medida preventiva es la higiene, así como lavar bien los alimentos que va a ingerir el niño.

3. CONCLUSIÓN.

A modo de conclusión, decir que las enfermedades durante la infancia deben ser atendidas de inmediato, ya que una mala cura de las mismas puede provocar enfermedades crónicas, que perjudicarán en gran medida la salud de los niños en el futuro.

Este fichero es muy útil para padres/tutores o maestros/as, ya que se pueden prevenir multitud de enfermedades y con la observación sistemática, evitar problemas mayores, por ello es conveniente tenerlo siempre a mano.

“La felicidad radica, ante todo, en la salud” **George William Curtis.**

Esta cita nos lleva a la consideración de que para ser y estar feliz con uno mismo, lo más importante es estar sano y que las personas a las que queremos también lo estén, lo demás queda en segundo lugar.

Bibliografía

- **Santiago Rodríguez, Y, Arribas Peñalver, I. (2016):** “Servicios socioculturales y a la comunidad. Autonomía personal y salud infantil”. Editorial Santillana.
- **Polaino Lorente, A. (1987):** “Educación para la salud”. Editorial Herder, Barcelona.
- **Martínez, P. (2001):** “Hábitos para la salud”. Editorial Fundei, Madrid.

Páginas web:

- www.dmedicina.com/enfermedades/infecciosas.es
- www.serviciodesalud.pucp.edu.pe/tetano.htm